

## Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Madrasah Tsanawiyah Persatuan Islam 99 Rancabango Melalui Workshop Pembuatan Sabun

Aji Najihudin<sup>1\*</sup>, Nurul Auliasari<sup>2</sup>, Siti Hindun<sup>3</sup>, Nopi Rantika<sup>4</sup>, Nur Amalia<sup>5</sup>, Faizah Min Fadhlillah<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Jurusan Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut, Jl. Jati 42, Garut 44151, Indonesia

\* Penulis Korespondensi. Email: [ajinajihudin@uniga.ac.id](mailto:ajinajihudin@uniga.ac.id)

### ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan suatu praktik tentang perilaku seseorang dengan cara memperhatikan kebersihan, kesehatan, dan berperilaku sehat untuk meningkatkan derajat kesehatan. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan workshop kepada siswa dan guru Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pesantren Persatuan Islam (Persis) 99 Rancabango mengenai cara pembuatan sabun batang, sabun cuci tangan dan sabun cuci piring secara sederhana. Metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu melakukan pre-test mengenai mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang terkorelasi dengan berbagai aktivitas di pesantren, workshop pembuatan sabun batang, sabun cuci piring dan sabun cuci tangan oleh peserta kegiatan pengabdian, pemberian produk hasil workshop kepada peserta dan post-test. Selanjutnya dilakukan pengisian kuisisioner tingkat kepuasan siswa dan guru terhadap kegiatan workshop, pemberian sertifikat, dan evaluasi. Kegiatan dilakukan pelatihan pembuatan produk kebersihan yang umum digunakan di rumah tangga, bahan dasar sabun yang digunakan diantaranya adalah Natrium lauril sulfat, Natrium sulfat, amphotol, Natrium EDTA, pewarna, pewangi dan air. Dari kegiatan berlangsung peserta mendapatkan pengalaman membuat dan mengolah produk pembersih sehingga dapat digunakan sebagai bagian produk dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat hasil evaluasi menunjukkan ada peningkatan pengetahuan siswa dan guru mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat dilihat dari hasil evaluasi pre-test dan pos-test yaitu dari 82% menjadi 90% yang artinya adanya peningkatan sebesar 8%, dan untuk hasil kuisisioner kepuasan siswa dan guru terhadap workshop pembuatan sabun yang diberikan yaitu menyatakan 99% siswa dan guru puas terhadap workshop yang diberikan.

**Kata Kunci:** PHBS; Sanitasi dan Higiene; Sabun

**Diterima:**

02-08-2025

**Disetujui:**

27-09-2025

**Online:**

27-09-2025

### ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a practice of individual behavior that emphasizes cleanliness, health, and healthy lifestyle habits to improve health status. The purpose of this community service activity was to provide a workshop for students and teachers of Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pesantren Persatuan Islam (Persis) 99 Rancabango on the simple methods of making bar soap, hand soap, and dish wash soap. The methods used in this activity included a pretest on clean and healthy living behaviors correlated with various activities in the boarding school, a workshop on making bar soap, dish soap, and hand soap conducted by the participants, distribution of

the products made during the workshop, and a post-test. Furthermore, questionnaires were administered to measure the satisfaction level of students and teachers regarding the workshop, followed by certificate distribution and evaluation. The training involved producing hygiene products commonly used in households, with soap ingredients including sodium laurel sulfate, sodium sulfate, amphitol, sodium EDTA, colorants, fragrances, and water. Through this activity, participants gained hands-on experience in making and processing cleaning products that can be utilized to support clean and healthy living practices. The evaluation results showed an increase in knowledge of students and teachers regarding PHBS, as indicated by the pretest and post-test results which improved from 82% to 90%, reflecting an 8% increase. Additionally, the satisfaction questionnaire revealed that 99% of students and teachers were satisfied with the soap-making workshop.

Copyright © 2025 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society

**Keywords:** PHBS; Sanitation and Hygiene; Soap

<b>Received:</b> 2025-08-02	<b>Accepted:</b> 2025-09-27	<b>Online:</b> 2025-09-27
--------------------------------	--------------------------------	------------------------------

## 1. Pendahuluan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan suatu praktik tentang perilaku seseorang dengan cara memperhatikan kebersihan, kesehatan, dan berperilaku sehat yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan [1]. Program PHBS ini dapat dilakukan diberbagai tempat seperti di sarana kesehatan, rumah tangga, tempat umum, tempat kerja, dan sekolah [2].

Sekolah merupakan tempat yang strategis dalam mewujudkan pendidikan kesehatan agar siswa-siswi diajarkan untuk melakukan berbagai perilaku yang dapat meningkatkan kesehatan [3]. Sekolah dapat menjadi target untuk mengadakan program PHBS dikarenakan sebagian besar penyakit yang menyerang peserta didik berkaitan dengan PHBS seperti infeksi bakteri dan jamur yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit [4]. Oleh karena itu perlu dilakukannya pemberian pemahaman terkait tentang nilai-nilai PHBS. Pada siswa di sekolah perlu pengawasan dalam melaksanakan PHBS dikarenakan anak sering makan tanpa cuci tangan terlebih dahulu juga penggunaan berulan peralatan makan atau minum tanpa dilakukan pencucian. Hal inilah yang menyebabkan perlunya pengawasan yang ekstra sehingga diharapkan akan muncul kebiasaan baik dalam PHBS [5].

Salah satu solusi untuk mengatasi hal tersebut yaitu dapat dilakukan penyuluhan program PHBS melalui peningkatan pemahaman akan penting dan manfaatnya hidup bersih. Kegiatan hidup bersih itu dapat diaplikasikan dengan mencuci tangan menggunakan sabun, membersihkan berbagai perlengkapan makan dan minum dengan sabun. Penggunaan sabun dapat menghilangkan kotoran, bakteri dan jamur yang menempel pada tangan ataupun peralatan yang digunakan [6]. Peningkatan PHBS dibuat dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang lebih menyenangkan dengan bersama-sama membuat aneka sabun yang bisa digunakan di PHBS di sekolah atau di rumah [7].

Pada kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, kami memilih tema Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah yaitu di Pesantren MTS Pesantren Persis 99 Rancabango. Pesantren MTS Pesantren Persis 99 Rancabango merupakan salah satu pesantren yang berlokasi di Jl. Rancabango Kp. Kudang Sari RT/RW 005/005 Tarogong Kaler - Garut dengan jumlah siswa 250, dan kepala sekolah yang menjabat saat ini yaitu Bapak Ust. Urip Hidayat, S.Pd.I. Pada saat survey awal, dapat terlihat bahwa akses sarana cuci tangan di pesantren ini sudah ada, namun ketersediaan sabun cuci tangan yang tidak selalu tersedia di setiap wastafel yang ada. Sehingga, kami berharap setelah workshop ini dilaksanakan kedepannya pihak sekolah dapat membuat sabun cuci tangannya sendiri agar di setiap sarana cuci

tangan selalu tersedia sabun cuci tangan tersebut. Selain itu, berdasarkan hasil survey yang telah dilaksanakan, menurut pihak sekolah kegiatan semacam ini belum pernah diadakan, sehingga hal ini menjadi peluang bagi kami untuk melakukan kegiatan workshop pembuatan sabun. Tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan workshop kepada siswa dan guru MTS Pesantren Persis 99 Rancabango mengenai peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui workshop pembuatan sabun yang meliputi pembuatan sabun batang, sabun cuci tangan, dan sabun cuci piring secara sederhana.

## 2. Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pelatihan atau workshop pembuatan sabun cuci piring, sabun cuci tangan dan sabun batang untuk meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang pertama yaitu melakukan pre-test mengenai wawasan siswa dan guru madrasah tsanawiyah Pesantren Persis 99 Rancabango mengenai PHBS. Kemudian dilakukan workshop pembuatan sabun cuci piring, sabun cuci tangan dan sabun batang secara berkelompok yang dipandu oleh instruktur dosen FMIPA UNIGA juga pemberian produk hasil workshop kepada siswa dan guru MTS Pesantren Persis 99 Rancabango dan post-test. Selanjutnya dilakukan pengisian kuisioner tingkat kepuasan siswa dan guru terhadap program pengabdian kepada masyarakat, pemberian sertifikat, dan dilakukan evaluasi kepada siswa dan guru terkait program yang sudah diberikan. Kegiatan ini dilaksanakan di MTS Pesantren Persis 99 Rancabango, Kecamatan Tarogong Kaler, Kabupaten Garut-Jawa Barat.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Hasil dari program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dilaksanakan pada hari Minggu, 26 Januari 2025 berjalan dengan baik dan lancar. Pengabdian ini ditujukan kepada siswa dan guru MTS Pesantren Persis 99 Rancabango mengenai PHBS. Pada saat pertemuan, sebelum workshop pembuatan sabun semua peserta diberikan terlebih dahulu pre-test tentang pemahaman PHBS (**Gambar 1**).



**Gambar 1.** Pelaksanaan Pre-Test

Diperoleh hasil nilai pre-test rata-rata siswa dan guru sebelum dilakukan workshop adalah 82%. Dalam hal ini berarti sebagian besar siswa dan guru telah memahami hal-hal yang erat kaitannya dengan PHBS. Setelah pre-test selesai dilakukan, selanjutnya pemateri memberikan materi PHBS dan workshop pembuatan sabun (**Gambar 2**).



**Gambar 2.** Pemberian Materi Tentang PHBS dan Workshop Pembuatan Sabun

Pelatihan pembuatan sabun cuci tangan, sabun cuci piring dan sabun batang dilakukan secara berkelompok. Adanya produk sabun cuci piring ditujukan untuk meningkatkan hygiene peralatan dan perlengkapan makan siswa dikarenakan disekolah terdapat jam makan siang dan santri modndok di pesantren [8]. Sabun cuci tangan membantu dalam program PHBS dalam memfasilitasi ketersediaan disetiap sarana temapt cuci tangan [9].

Formula dan cara pembuatan sabun cuci piring yang digunakan pada pelaksanaan pengabdian, Natruin Lauril Sulfat (Texapon) 1 kg sebagai bahan dasar sabun dimasukkan kedalam ember kapasitas 10 liter, tambahkan Natrium Sulfat 400 gram untuk membantu tercampurnya texapon dan mengangkat kotoran aduk merata sambil ditambahkan air sebanyak 3 liter sedikit demi sedikit, memasukkan Natrium EDTA 20 gram yang telah dilarutkan sebagai pengawet, memasukkan amphitol 200 gram sebagai peningkat busa aduk merata sambil tambahkan air sebanyak 3 liter sedikit demi sedikit, masukan Natrium Klorida 200 gram sebagai pengental yang telah dilarutkan, masukkan Asam Sitrat 30 gram untuk mengesatkan aduk merata sambil ditambahkan pewarna dan pewangi secukupnya, genapkan dengan air sebanyak 10 liter sambil terus diaduk ([10][11]). Diamkan satu harian untuk menghilangkan busa kemudian kemas (**Gambar 3**).

Sabun cuci tangan dibuat dengan memasukan bahan dasar sabun Natruin Lauril Sulfat (Texapon) 1 kg sebagai pembersih kedalam ember kapasitas 10 liter, tambahkan Natrium Klorida 400 gram untuk membantu tercampurnya texapon dan pengental aduk merata sambil ditambahkan air sebanyak 3 liter, memasukkan Natrium EDTA 20 gram yang telah dilarutkan sebagai pengawet, memasukkan amphitol 200 gram sebagai peningkat busa aduk merata sambil tambahkan air sebanyak 3 liter sedikit demi sedikit, masukan gliserin 100 gram sebagai pelembab tangan, menambahkan pewarna dan pewangi secukupnya, genapkan dengan air sebanyak 10 liter sambil terus diaduk ([12][13]). Diakan 1 harian untuk menghilangkan busa kemudian kemas (**Gambar 3**).

Sedangkan untuk sabun batang bahan dasarnya menggunakan *soap base melt pour*/bahan dasar sabun batang, pembuatannya dengan melelehkan bahan dasar sabun

batang pada suhu 60°C - 70°C kemudian ditambahkan pewangi dan pewarna diaduk secara merata. Campuran yang telah homogen dimasukkan kedalam cetak dan tunggu dingin [14]. Sabun batang yang telah dingin dikeluarkan dari cetakan kemudian dikemas (**Gambar 3**).



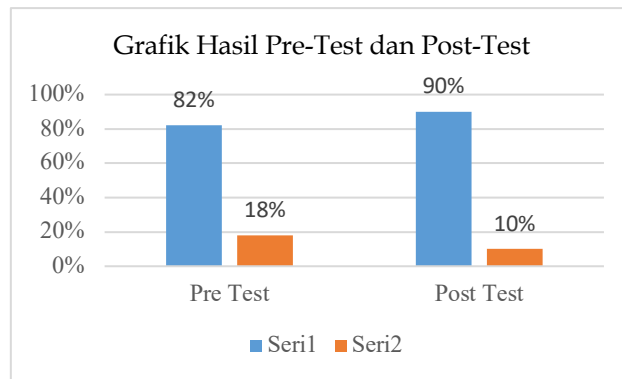
**Gambar 3.** Produk Sabun Cuci Piring, Sabun Cuci Tangan dan Sabun Batang Hasil Santri Madrasah Pesantren Perisis 99 Rancabango

Setelah selesai dilakukan penyampaian materi dan workshop pembuatan sabun, selanjutnya dilakukan evaluasi terhadap hasil kegiatan dengan kembali diberikan post-test dan pemberian kuesioner kepuasan siswa dan guru terhadap workshop yang diberikan (**Gambar 4**).

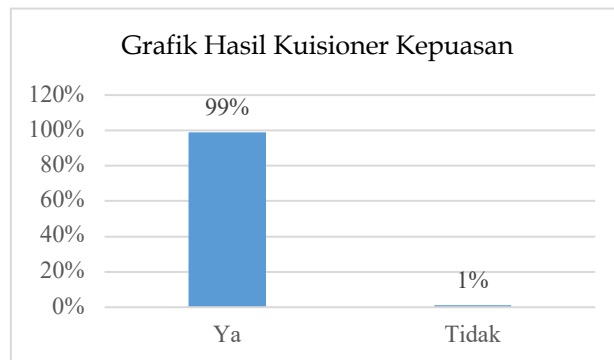


**Gambar 4.** Pelaksanaan Post-Test dan Pemberian Kuesioner Kepuasan Peserta

Diperoleh hasil nilai pre-test rata-rata siswa dan guru yaitu 82%, dan nilai post-test rata-rata siswa dan guru adalah 90% yang artinya terjadi peningkatan skor rata-rata terhadap pengetahuan siswa dan guru tentang PHBS sebesar 8% (**Gambar 5**). Kemudian untuk hasil kuesioner kepuasan siswa dan guru terhadap workshop yang diberikan yaitu menyatakan 99% siswa dan guru puas terhadap workshop yang diberikan (**Gambar 6**).



**Gambar 5.** Hasil Pre-Test dan Post-Test



**Gambar 6.** Hasil Kuesioner Kepuasan

### Pembahasan

Dengan adanya workshop pembuatan sabun ini, siswa dan guru menjadi lebih paham tentang hal-hal apa saja yang berkaitan dengan PHBS. Peningkatan pengetahuan siswa dan guru mengenai PHBS menjadi bagian dari upaya untuk menjaga kebersihan dan kesehatan. Pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran, sehingga akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Adapun perubahan perilaku yang dilandasi pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif bersifat konsisten karena didasarkan pada kesadaran sendiri bukan pada unsur paksaan ([15][16]). PHBS di lingkungan sekolah adalah cara agar siswa dan guru di lingkungan sekolah dapat mengetahui dan ikut serta dalam menciptakan dan menjaga lingkungan sekolah tetap bersih dan sehat.

Dalam rangka mendorong program PHBS tersebut dilakukan pelatihan pembuatan sabun yang menjadikan kegiatan lebih atraktif, menyenangkan dan memberikan wawasan baru. Berbagai produk sabun merupakan bagian dari sarana yang digunakan untuk meningkatkan sanitasi dan hygiene di lingkungan sekolah dan rumah. Salah satu indikator PHBS yang dilakukan di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun karena dengan mencuci tangan dengan sabun dapat melindungi dan mencegah dari berbagai penyakit menular ([17] [18]).

### 4. Kesimpulan

Dari hasil kegiatan workshop pembuatan sabun yang telah dilakukan di MTS Pesantren Persis 99 Rancabango mengenai PHBS menunjukkan adanya peningkatan

pengetahuan siswa dan guru mengenai PHBS yang dapat dilihat dari hasil evaluasi pre-test dan pos-test yaitu dari 82% menjadi 90% yang artinya adanya peningkatan sebesar 8%, dan untuk hasil kuesioner kepuasan siswa dan guru terhadap workshop pembuatan sabun yang diberikan yaitu menyatakan 99% siswa dan guru puas terhadap workshop yang diberikan.

### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat Universitas Garut yang telah memberikan dukungan pendanaan. Terima kasih juga disampaikan kepada pihak Sekolah MTS Pesantren Persis 99 Rancabango yang telah memberikan kesempatan dan kerjasama yang baik sehingga kegiatan ini bisa terselenggara dengan baik dan lancar.

### Referensi

- [1] S. Aminah, Y. Huliatusnisa, and I. Magdalena, "Usaha Kesehatan Sekolah (Uks) Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Dasar," *J. JKFT*, vol. 6, no. 1, p. 18, 2021.
- [2] Ari Angga Rianto, "Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama," *J. Anestesi*, vol. 1, no. 4, pp. 356–362, 2023.
- [3] N. P. D. S. Wahyuni, "Program Dokter Kecil Sebagai Upaya Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar," *Semin. Nas. FMIPA UNDIKSHA III*, pp. 185–189, 2013.
- [4] F. Melva Diana, F. Susanti, and A. Irfan, "Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Pubs) Di Sd Negeri 001 Tanjung Balai Karimun," *J. Kesehat. Masy. Andalas*, vol. 8, no. 1, pp. 46–51, 2013.
- [5] Y. Novitasari, "Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini," *J. Pengabd. Masy. Multidisiplin*, vol. 2, no. 1, pp. 44–49, 2018.
- [6] H. F. Sianipar and A. Sijabat, "Demonstrasi Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun Untuk Mencegah Pertumbuhan Mikroba," *J. Altifani Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 1, no. 1, pp. 18–21, 2021.
- [7] R. Nakoe, N. A. S Lalu, and Y. A. Mohamad, "Perbedaan Efektivitas Hand-Sanitizer Dengan Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Bentuk Pencegahan Covid-19," *Jambura J. Heal. Sci. Res.*, vol. 2, no. 2, pp. 65–70, 2020.
- [8] T. M. R. Al-Akram, "Pembuatan Sabun Cuci Piring Cair Ramah Lingkungan BeEkstrak Kulit Jeruk Nipis (Citrus Aurantiifolia)," *J. Riset, Inovasi, Teknol. Terap.*, vol. 3, no. 1, p. 1, 2024.
- [9] Bayu Eko Prasetyo, Sri Yuliasmi, Henny Sri Wahyuni, and Lia Laila, "Pelatihan Pembuatan Sabun Cair Cuci Tangan di BUMDES Sei Rampah, Serdang Bedagai, Sumatera Utara," *Din. J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 5, no. 3, pp. 631–637, 2021.
- [10] A. Lase, "Pelatihan dan Praktek Pembuatan Sabun Cuci Sunlight di Desa," *J. Pengabd. Masy.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–6, 2022.
- [11] D. Maulani, D. E. P. Rani, T. A. Ulfa, P. Anggiana, and A. F. Isfirori, "Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Pelatihan Pembuatan Sabun Cuci Piring," *GUNAVATTA J. Pengabd. Masy.*, vol. 1, no. 01, p. 40, 2025.
- [12] N. I. E. Jayani, K. Kartini, and N. Basirah, "Formulation of Lime Extract Hand Soap (Citrus aurantifolia) and Its Effectiveness as an Antiseptic," *MPI (Media Pharm. Indones.)*, vol. 1, no. 4, pp. 222–229, 2018.

- [13] F. Y. P. Rumlus, T. A. Musdar, A. M. D. R. Thayeb, and A. Saleh, "Formulasi Dan Uji Aktivitas Antibakteri Sediaan Sabun Cair Cuci Tangan Minyak Atsiri Sereh Wangi (*Cymbopogon Nardus* L.) Terhadap Bakteri *Escherichia Coli* Dan *Staphylococcus Aureus* Flora," *Inhealth Indones. Heal. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 148-161, 2022.
- [14] N. Rusli, E. Nurhikma, and E. P. Sari, "Formulasi Sediaan Sabun Padat Ekstrak Daun Lamun (*Thalassia hemprichii*)," *War. Farm.*, vol. 8, no. 2, pp. 53-62, 2019.
- [15] I. Silviana Mustikawati, E. Puspitaloka, I. Marti Abna, M. Asmirajanti, and Muniroh, "Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Upaya Promosi Kesehatan Di Sekolah," *J. Abdimas*, vol. 7, no. 3, p. 228, 2021.
- [16] S. Desfita, M. Azzahra, N. Zulriyanti, M. N. Putri, and S. Anggraini, "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Barombong," *J. Pengabd. Kesehat. Komunitas*, vol. 01, no. 1, pp. 20-31, 2021.
- [17] U. Hasanah and D. R. Mahardika, "Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Dini untuk Pencegahan Transmisi Penyakit," *Semin. Nas. Pengabd. Masy. LPPM UMJ*, pp. 1-9, 2020.
- [18] putri suryenti Vevi, Kartini, and F. Ayu, "Pencegahan Penyebaran Covid-19 (Cara Mencuci Tangan Yang Baik Dan Benar)," *Pencegaha Penyebaran Covid 19*, vol. 1, no. 1, pp. 25-32, 2020.